



QUESTKAMP® ARDENNEN

Wil je jouw middelbare school afsluiten met een klapper? Wil jij met je klasgenoten jouw talenten verkennen en weten wat je er mee wil doen na de middelbare school?

Ga dan mee op QuestKamp Ardennen! Een 'life changing' kamp van 5 dagen in België.

MyQuest versterkt persoonlijke ontwikkeling in het onderwijs



Waarom

Omdat het heel fijn is om vol vertrouwen en met een goed gevoel de middelbare school te verlaten. En omdat het ontzettend fijn is om jezelf goed te kennen en blij te zijn met wie je bent. MyQuest ontwikkelde daarom een succesvol programma voor jongeren. Hierin leer je door te doen. Zo ontdek je al doende jouw unieke talenten. En wat je écht belangrijk vindt in het leven, studie of bijbaan.

Door op QuestKamp te gaan, leer je op een leuke manier beter wie je bent en wat jouw unieke talenten zijn. Je krijgt meer zelfvertrouwen en weet wat je wil bijdragen aan de wereld om jou heen. Op QuestKamp stap je uit jouw dagelijkse routine. Dat doe je in een kleine groep, in de natuur waar je leren door ervaren.

Wat doe je op QuestKamp?

Met je klas, twee docenten en één of meer MyQuest coaches, trek je vijf dagen van plek naar plek. Je slaapt in tenten en tipi's. Je gaat rotsklimmen, abseilen, kajakken op de Ourthe, wandelen met en zonder een rugzak, een kampvuur maken en bouwt een bivak. Onderweg en op locatie doe je bijzondere oefeningen.

Door de gelijkwaardigheid, de gezelligheid en de oefeningen in de natuur gebeurt er iets bijzonders. Stap voor stap kom je meer in contact met jezelf. Je begrijpt jezelf beter en hebt respect voor je klasgenoten. Je ontwikkelt je zelfvertrouwen en vindt een motivatie die dieper gaat dan bijvoorbeeld



voldoendes halen op school. Je beseft dat je leven is wat jij ervan maakt. Je verdiept vriendschappen met klasgenoten en maakt een plan voor de eerstkomende jaren. Na het QuestKamp weet je wat je wil doen en zet je daarin de eerste stappen.

Resultaat

- Je hebt meer zelfvertrouwen
- Je sluit je middelbare school met een positief ritueel af
- Je maakt vrienden voor het leven en leert hun dromen kennen.
- Je leert jezelf goed begrijpen.
- Je weet beter wat je na de middelbare school wil doen.
- Je denkt positiever over jezelf en jouw toekomst.

“Dit kamp verbindt ons voor altijd”

Lieve, 16 jaar

Hoe werkt het?

Echte verandering komt van binnenuit. Tijdens het QuestKamp leer je jezelf beter kennen. Even geen socials, even geen school of studie, even geen sociale verplichtingen, maar aangenaam kennismaken met jezelf. Het gebruik van natuur, ervaringsleren, stilte en innovatieve technieken als Theory U, Motiverende Gespreksvoering, Systemisch werk, Rots en Water en Co-Active® coaching helpen daarbij. En veel lol maken.





De werkwijze van MyQuest zorgt ervoor dat je niet alleen weet wat je wilt, maar dit ook gaat waarmaken. Daarom werd MyQuest in 2014 verkozen tot best practise op het gebied van onderwijsvernieuwing.

Waarom lopen?

Lopen werkt stimulerend. De beweging activeert het oplossende deel van je hersenen. Door een ruimere blik ontdek je nieuwe mogelijkheden, kijk je frisser en creatiever. Lopen zorgt ook voor natuurlijke momenten van stilte, waarop je dieper inzicht in jezelf krijgt. Het versterkt je vertrouwen, daadkracht, samenwerking en vermogen tot inspireren. Je ontdekt nieuwe motivatie en drijfveren in jezelf, die je stevigheid geven voor je plannen. Je grenzen worden helderder, je hebt meer zin, meer kracht.

Wil jij graag mee?

Wil jij je eigen talenten verder ontdekken en een onvergetelijke ervaring opdoen? Meld je aan bij door een email te sturen naar info@myquest.academy of bel 030-207 207 4

Na aanmelding ontvang je een inschrijfformulier, een intakeformulier en een paklijst.



Praktische informatie

Kosten

Het QuestKamp Ardennen kost €445,-. Dit bedrag is inclusief alle maaltijden, 4 overnachtingen en gecertificeerde MyQuest coaches. Het QuestTribes na-traject van 3 losse dagen kost €240,- inclusief BTW. Dit laatste is niet verplicht, maar raden we iedereen aan die verder wil leren.

Data en start/finish van het QuestKamp

Start: maandagochtend trein Nederland Comblain Fairon

Einde: vrijdagmiddag trein Sprimont – Nederland.

Voorbereiding

Voorafgaand het QuestKamp vul je een inschrijfformulier in met noodnummers en een intakeformulier.

Vragen?

We helpen je graag. Bel 030-207207 4.

Ervaringen van Questers

Ik kijk met een big smile terug op de week die ik heb gelopen, Ik had het niet willen missen. Ik heb er geen moment spijt van gehad, ik draag deze herinnering voor altijd met mij mee en die pakt niemand mij meer af.

Wat een mooie ervaring is deze week. Ik ben erachter gekomen dat ik sterker ben dan ik dacht. Ik kan klimmen. Wat houdt mij nu nog tegen? Als je iets wil in je leven moet je ervoor gaan want waar een wil is, is een weg.

Demi Labberton, student MMZ, ROC Aventus

Het kamp heeft mij een supermooi 5 jarenplan gebracht en heeft me een stuk meer zelfvertrouwen gegeven want als je iets echt wilt dan lukt het je ook!

Maud Snellenberg, student MMZ, ROC Aventus



Antwoorden op veel gestelde vragen

1. Waar verblijf ik? Hoe is het eten? Is er bier?

We kamperen, slapen in tipi's en maken een bivak. Er wordt lekker voor ons gekookt. Je kunt meehelpen met koken. Lunch is vaak een picknick onderweg. Met speciale dieetwensen kan rekening gehouden worden, deze geef je aan op je inschrijfformulier. Tijdens de trek zijn geen alcohol of andere oppeppende of verdovende middelen toegestaan.

2. Is het lopen zwaar?

Nee. De dagstanden zijn kort. Overdag loop je meestal zonder rugzak. Eén dag loop je met je eigen rugzak (60 liter) naar een nieuwe kampeerplek. Het QuestKamp is voor iedereen met een redelijke conditie goed te doen. Mocht je hierover twijfelen, neem dan even contact met ons op.

3. Kan ik appen tijdens de trek?

Iedereen levert voor de duur van de trek zijn telefoon in. Ja, echt. Vijf dagen geen bereik.

Onze ervaring is dat dit voor de hele groep een positief effect op het werk heeft. Je kunt wel de contactgegevens van onze coaches doorgeven aan familie of anderen voor noodgevallen.

5. Is er een na-traject?

Ja, dat is mogelijk. Het heet QuestTribes en duurt drie dagen. Elke dag is gescheiden door een maand leertijd.

6. Wat moet ik meenemen?

Na aanmelding ontvang je een paklijst.

QuestTrekks®

Leiderschap

Coaching

Teamcoaching

Workshops

Trainingen

WWW.MYQUEST.ACADEMY

Grebbenberglaan 15
Postbus 2036 · 3500 GA Utrecht
030-207 207 4 · info@myquest.academy

